

第1学年1・2組 保健体育科 学習指導案

生涯にわたって運動に親しむ保健体育学習の実践
 ～ALの視点を取り入れ、主体的に学び合い高め合う授業をめざして～

学習指導者 指導教諭 T1：守實 忠治
 講師 T2：梅木 慎也

1 日時・場所 平成29年11月17日（金） 体育館

2 題材 バレーボール（ネット型）

3 単元について

- (1) 「バレーボール」は、相手チームとサーブやパス技能等を用いてボールをネット越しに返球し合い、相手コートに空いている場所にボールを落とすことによって得点を競い合う種目である。練習やゲームを通して、個人的技能や集団的技能を高めることができるとともに、体力の向上を図ることができる。また、自ら責任を果たしたり、お互いに助け合ったりするなど、社会生活に必要な要素や態度を身につけることもできる。これらの特性から生徒一人ひとりが持っている力を生かして、お互いに教え合い、支え合いながら学ぼうとする態度を育てるのには価値のある題材である
- (2) 本学級の生徒は、明るく活発で体育活動を好み、授業開始前から準備運動や体づくり運動に積極的に取り組むことができる。学習の準備や話を聞く態度など規律面も身につけている。
 また、仲間と一緒に活動することを好み、班活動においては学習内容を理解する手助けになると考えている生徒が約95%いる。動きや技の習得に役立っていると考えている生徒が約91%いる。話し合いや教え合いによって、楽しい学習ができることを期待している生徒が多い。
- (3) アクティブ・ラーニングの視点を取り入れ、次のような学び合う場の工夫を行いたい。

- 活動記録から個人やチームの課題が見出せるようチームミーティングの時間を設定する。
- エンカウンターの要素を取り入れ、話し合いにおけるルールを設定し、自由に発言ができる場や雰囲気をつくる。
- みんなで学習内容の深まりが分かる分析表を活用した意見交換の場を設ける。
- 学びを深めるためのキーワードを使用した学びの場を設ける。
- 回数の記録や目標物の点数化で意欲的な学習ができるように工夫する。

4 単元の見込み

- (1) ボールの扱いになれながら正確なパスが続けられる。
- (2) ラリーを続けるボール操作と定位置に素早くもどる動きができる。
- (3) チームミーティングを位置づけ、分かったこと困ったことを共有しながら課題解決に向けた話し合いができる。

5 単元の指導計画

時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
		体づくり運動・基本練習・スキルテスト											
学習過程	学習Ⅰ リエンション	学習Ⅱ 基本技能の習得 ・パス（直上・対人） ・集団パス（声かけ） ・ブロック ・ルール ・ネットの設置									学習Ⅲ 学習してきた技能を生かし、リーグ戦を楽しむ		
	・学習の進め方 ・カード配布 ・役割分担 ・準備運動づくり												

6 本時の学習指導

(1) 目標

- ① 狙ったところへ返球するために、積極的に練習やゲームに参加することができる。
- ② 協力して返球するために、チームの約束ごとから自己や仲間の動きを考え深めることができる。

(2) 学習指導過程

	学習内容及び学習活動	教師の支援活動											
課題設定 (つかむ・見通す)	1 準備運動をする。 2 集合、人員確認をする 3 全体課題1の確認と班別練習を行う	○ 集合状態や準備物の状況を評価し、元気よく挨拶させる。見学者には、役割を指示する。											
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">狙ったところに返球しよう。</div>	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 〈意欲を高める教師の手立て〉 ○ パス相手の名前を呼ぶことで、パスする場所を意識させる。 </div>											
学び合い (高める・広げる)	4 全体課題2を確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">黄色のビブスを狙って返球するには、どのようにつなげばよいか。</div>	○ 各班の前時の分析表や「分かったボード」の内容から考えさせる。											
	(1) 本時のキーワードを確認する。 (2) 各班の具体的な約束ごとを立てる。 5 試しゲームを行う。 (1) 特別ルールの確認をする。 (2) 審判班は分担を確認し、試合の観察記録を分析表に記入する。 (3) 試合時間 4分 対戦相手 <table style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr> <td style="font-size: 2em;">{</td> <td style="padding: 0 5px;">1 - 4</td> <td style="font-size: 2em;">{</td> <td style="padding: 0 5px;">6 - 3</td> </tr> <tr> <td></td> <td style="padding: 0 5px;">4 - 5</td> <td></td> <td style="padding: 0 5px;">3 - 2</td> </tr> <tr> <td></td> <td style="padding: 0 5px;">5 - 1</td> <td></td> <td style="padding: 0 5px;">2 - 6</td> </tr> </table>	{	1 - 4	{	6 - 3		4 - 5		3 - 2		5 - 1		2 - 6
{	1 - 4	{	6 - 3										
	4 - 5		3 - 2										
	5 - 1		2 - 6										
シェアリング (できる・分かる)	6 チームミーティングをする。 (1) 分析表の内容や約束ごとから自己の振り返りをする。 <table style="margin-left: 20px;"> <tr> <td style="text-align: center;">高い (強み)</td> <td></td> <td style="text-align: center;">低い (弱み)</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">個人</td> <td style="text-align: center;">— —</td> <td style="text-align: center;">集団</td> </tr> </table> (2) 自己の振り返りと分析表の内容から各班の約束ごとが達成できたか振り返り、課題も考える。 (3) 分かったことを発表する。	高い (強み)		低い (弱み)	個人	— —	集団	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 〈実感を表面化させる教師の手立て〉 シェアリング(学びを深めさせるために) ○ 分析表を活用し、チームと個人に分けて考えさせ、課題や修正点を明確にさせる。 ○ ルールに基づいて、みんなが自由に発言できる雰囲気を大切にさせる。 ○ 課題や内容が見つけにくい班には、キーワードから気づかせる。 ○ 学びを深めるために、具体的に考えられた班に発表させ、次時の課題としても捉えさせる。 </div>					
	高い (強み)		低い (弱み)										
個人	— —	集団											
7 次時の学習について確認する。 8 整列・あいさつをする。	○ 各自の学習カードにも記入できているか確認させる。												

(3) 目標達成を確かめる

- 分析表を活用した話し合いの場面で、仲間の意見をしっかりと聞き、自分の意見を発表することができたか。

第1学年 バレーボール学習における単元計画 (12時間計画)

	学習内容と活動	指導内容と留意点
1 時 間 目	<p>○オリエンテーション</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元目標、ねらい、種目の特性を理解 ・学習の進め方の確認 (ルーティン) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>班で人数確認 → 報告 → 準備運動 → 集合 → 課題確認 → 活動 → 振り返(シェアリング) → 次時課題発見</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・活用する学習カード説明 ・準備運動の確認 ・初期のルールを理解 ・準備片付けについて 	<p>★シェア：ワークシートを活用</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元目標・ねらい・種目の特性を理解させる。 <p>○準備運動の内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体操 (ストレッチ) ・ランニング (コートライン使用) ・キャッチボール (バスケットボール使用) ・ボールコントロール (片手・交互・両腕) ・ボールドリブル (人差し指・3本指) ・直上ヘディング, ヘディングパス (2人組) <p style="text-align: right;">} 回数記録</p> <p>○チーム編成し, 準備片付けの確認をする。</p>
2 ↓ 5 時 間 目	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>基本技能を身につける</p> </div> <p>○オーバーハンドパス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・構えの姿勢, フットワーク (前後・左右) ・バウンドを使って落下点に移動 ヘディング, キャッチ～返球 <p>○アンダーハンドパス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・構えの姿勢, フットワーク (前後・左右) ・バウンドを使って落下点に移動 キャッチ～返球 ・片腕でのパス <p>○ブロック</p> <ul style="list-style-type: none"> ・その場ブロックで jump する前の形 ・ネットを挟んで2人 jump ・ボール押さえ込み <p>○アンダーハンドサーブ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コート中央から打つ ・だんだん距離を伸ばして打つ ・狙ったところにボールを落とす <p>○前時までの動画から課題を考える。</p> <p>○チームパス練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ランニングパス 4～5人 ・円陣パス 4～5人 ・円陣パス指名パス ・ネットを挟んだパス 2人 5分 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>各パスやブロックの練習は, 毎時間, 各班の主運動開始段階で取り組ませる</p> </div>	<p>★シェア：技能拡大図からペアで動きを確認し, キーワードになる身体が正しく使えたか話し合う。</p> <p>○構えからの動きだし, ボールに対するフットワークを理解させる。</p> <p>○バウンドパスにより, ボール落下点への距離感やフットワークを理解させる。</p> <p>○膝, 肘, 腕, 身体の使い方を両パスで使い分けるところを理解させる。</p> <p>○相手がとりやすいパスの強さや角度を理解させる</p> <p>○パスに関するルールも理解させる。</p> <p>○ブロックの意味と守備範囲を理解させる。</p> <p>○手, 腕の出し方, 沈み込みからの jump, 跳んだ時の姿勢を理解させる。</p> <p>○ネット越しにボールを押さえることを理解させる。</p> <p>○タッチネット等のルールを理解させる。</p> <p>○特性を理解させる。</p> <p>○手の打つ位置, 視線, トスボールの上げ方, 足の使い方, 体重移動等を理解させる。</p> <p>○コートに入り出したら, ネットから離れ強く打つことを理解させる。</p> <p>○コートのラインを利用して, 場所を得点化する。高得点を目指し, 狙って打たせる。</p> <p>★シェア：お互いのグループを観察し, 記録や意見交換する。キーワードを使い話し合いを深める。</p>

<p>6 ↓ 9 時 間 目</p>	<p>基本技能を使ってラリーを続け、狙ったところに返球するゲームを楽しもう。</p> <p>○準備運動をする。 ○前時までの動画から学習課題を考える。 ○基本技能を生かし、ラリーが続くゲーム ○簡易ルールで行う。 ・4～5人 時間制限ゲーム ○コートを四分割して場所を得点化する。 (又は、色違いのビブスをつけ、色を得点化する) ○チームミーティングの時間を確保し、双代尺度法を使って分析する。 (良いところ、課題)</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>○この繰り返しで、分析する力や発言する力、課題を見つけ解決しようとする力を仲間と一緒に身につける。</p> <p>○正規ルールにもどしたゲームを開始する。</p>	<p>○ボールの下に移動して、パスをつなげさせる。 ○仲間との間に飛んでくるボールを落とさないためにどのような工夫をすればよいか気づかせる。 ○パスをする時の「高さ」への意識を持たせるように ネットを使用してパスさせる。 ★シェア：グループ観察から記録や意見を交換する。 双代尺度法やキーワードを使い自チームの分析と課題の洗い出しについて話し合いを深める。</p> <p>○簡易ルール ・高いボールはオーバーハンドパス。低いボールは アンダーパスを使うよう指示する。 ・サーブは、中央から投げ入れさせる。 ・ワンバウンド、4回までの返球OKを理解させて行 う。 ・ダブルコンタクト、キャッチボール等ボールコンタクトに関する反則は、とらない。タッチネット、オーバーネット、ペネションフォルトはとることを理解させて行う。</p> <p>○コートを四分割したり、ビブスの色を得点化したりすることで狙うための工夫や作戦などを深く考えさせる。また、成功・失敗の両方でも「なぜ」そうなったのか考えさせる。</p> <p>○サーブの位置、ボールコンタクトに関するルールを正規ルールに戻して試合を行うことを理解させる。</p> <p>○試合をしないチームが審判を行い、同時に試合分析の記録を付箋紙に書き残すよう理解させる。</p>
<p>10 ↓ 12 時 間 目</p>	<p>パス攻撃や相手のすきをねらうなど、攻めることを工夫しながらゲームを楽しもう。</p> <p>○準備運動をする。 ○自チームの良さを発揮するための課題を立てさせる。 ○対戦相手に応じて、作戦を立てる。 ○正規ルールにもとづいて試合を行う。 ○チームミーティングの時間を確保し、双代尺度法を使って分析する。 (良いところ、課題)</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>○この繰り返しで、分析する力や発言する力、課題を見つけ解決しようとする力を仲間と一緒に身につける。</p>	<p>★シェア：グループ観察から記録や意見を交換する。 双代尺度法やキーワードを使い自チームの分析と課題の洗い出しについて話し合いを深める。</p> <p>○サーブの位置、ボールコンタクトに関するルールを正規ルールに戻して試合を行うことを理解させる。</p> <p>○試合をしないチームが審判を行い、同時に試合分析の記録を付箋紙に書き残すよう理解させる。</p>